# Практическое занятие № 3

# ТЕМА: ЛИЧНОСТЬ И ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ. ПСИХОЛОГИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**Задание 1. Изучить теоретический материал. Рисунок 1. перенести в конспект. Описать основные элементы структуры деятельности.**

**Задание 2. Группа учеников занята уборкой территории школы. Является ли это занятие деятельностью, какие условия для этого необходимы?**

## Общая характеристика деятельности

Одна из самых главных особенностей человека – его способность трудиться. Любой труд является деятельностью. Деятельность – это динамическая система взаимодействия субъекта с миром, это активность человека, направленная на достижение сознательно поставленной цели. Именно наличие сознаваемой цели позволяет определить активность как деятельность. Все остальные стороны деятельности могут осознаваться, а могут и не осознаваться.

Побудительными причинами деятельности человека являются мотивы – совокупность внешних и внутренних условий, вызывающих активность субъекта и характеризующих ее направленность. *Мотив* – это конкретная потребность человека. Он определяет цели и задачи деятельности.

*Цель* – это осознанный образ будущего результата, на достижение которого направлены действия человека, то есть это предвосхищение результата деятельности. Заданная в определенных условиях цель деятельности, которая должна быть достигнута путем преобразования этих условий, называется *задачей*. Она включает: требования или цель, которые надо достичь; условия – компонент постановки задачи; искомое – неизвестное, которое надо найти, чтобы достигнуть цели. В сложных видах деятельности задачи выступают как частные цели. Например, для овладения какой-либо специальностью человек должен вначале изучить ее теоретические аспекты (учебные задачи), а затем реализовать их на практике (практические задачи).

Особой характеристикой деятельности является ее *предметность*. Под предметом подразумевается предмет культуры, в котором зафиксирован определенный общественно выработанный способ действия с ним. При каждой предметной деятельности этот способ воспроизводится.

Другой характеристикой деятельности является *интериоризация* и *экстериоризация*. *Интериоризация* – это процесс перехода от внешнего материального действия к внутреннему идеальному действию. *Экстериоризация* – это процесс превращения внутреннего психического во внешнее действие. При анализе деятельности человека следует помнить о его сложных психофизиологических функциях, которые составляют органический фундамент процессов деятельности. Как объяснить связь между внутренними и внешними проявлениями деятельности? Каким образом человек предвидит результаты несовершенного действия? Все это объясняется существующими закономерностями явлений, их познанием и практическим использованием (деятельность невозможна без познавательных и волевых процессов). Внешняя предметная деятельность как бы предваряется внутренней деятельностью. Предметные действия над объектами заменяются идеальными (психическими) операциями. Переход от деятельности, разделенной между людьми и выполняемой во внешней (материальной) форме, к деятельности индивидуальной (внутренней) составляет основную линию интериоризации, в ходе которой формируются психологические новообразования (знания, умения, способности, мотивы, установки). Внешняя предметная деятельность рассматривается как экстериоризация внутренней психической деятельности, то есть практическая реализация идеально представленного плана и ее контроль. Человек сравнивает производимое действие с запланированным, существующим в виде образов и мыслей.

Процесс осуществления деятельности предполагает использование человеком определенных средств в виде всевозможных приспособлений, инструментов, орудий (циркуль, кисть, компьютер, слово, сказанное преподавателем студенту, врачом – пациенту, в целом, компетентность, то есть знания, умения, навыки). Совокупность таких образующих характеризует то, что может быть названо *инструментальной основой* активности.

Мотивационная, целевая, инструментальная основы вместе составляют внутренние образующие активности человека. Деятельность представляет единство внутренних (психических) и внешних (физических) проявлений активности. Внешняя организация активности выступает как преобразование отношений между потребностями субъекта и возможностями их удовлетворения и представлена *действиями* как основной единицей анализа деятельности, целевым актом поведения в поле значений субъекта и *операциями* как конкретным способом выполнения действия, связанного с использованием средств материального и духовного освоения мира.

## Виды деятельности

Человек современного общества занимается различными видами деятельности. Классифицировать все виды деятельности вряд ли представляется возможным, поскольку для этого необходимо перечислить наиболее важные для данного человека потребности, а их число очень велико, что обусловлено индивидуальными особенностями людей.

Однако можно обобщить и выделить свойственные всем людям основные виды деятельности. Они соответствуют общим потребностям, которые обнаруживаются у всех без исключения людей, и тем видам социальной активности, в которые включается каждый человек в процессе своего индивидуального развития. К ним относятся *игра*, *учение* и *труд*.

*Игра* – это особый вид деятельности, который имеет характер развлечения, преследует цель получения отдыха, служит средством общения и разрядки. Существуют различные типы игр: индивидуальные и групповые, предметные и сюжетные, ролевые игры с правилами, а также смешанные типы. Игровое поведение и игровые отношения мало влияют на взаимоотношения взрослых людей. Тем не менее, игры имеют большое значение в жизни людей. Для детей игра является ведущим видом деятельности и имеет развивающее значение.

*Учение* выступает как вид деятельности, целью которой является приобретение человеком знаний, умений и навыков. Оно может быть организованным и осуществляться в специальных образовательных учреждениях; может быть неорганизованным и происходить попутно в других видах деятельности как их дополнительный результат. У взрослых людей учение может приобретать характер самообразования. Особенность учебной деятельности состоит в том, что она служит средством психологического развития человека и формирования его как личности.

*Труд* занимает особое место в системе человеческой деятельности. Целью труда является производство предметов материальной и духовной культуры, преобразование условий жизни человека, открытие перспектив полноценного развития. В норме труд – это насущная потребность человека. В нем участвуют в той или иной мере все стороны и проявления его личности. С трудом связано создание и совершенствование орудий труда, которые являются фактором повышения производительности труда, развития науки, промышленного производства, технического и художественного творчества.

Каждый вид деятельности является наиболее характерным для определенных возрастных этапов развития человека. Текущий вид деятельности как бы подготавливает последующий, так как в нем развиваются соответствующие потребности, познавательные возможности, особенности поведения. В связи с этим в психологии существует понятие о *ведущем виде деятельности*. Ведущим называется тот вид деятельности, который на данном возрастном этапе обусловливает главное, важнейшее изменение в психике человека, в его психических процессах и психических свойствах. Для дошкольника таким ведущим видом деятельности является игра, для школьника и студента – учение, для взрослого человека – труд. Внутри ведущей деятельности происходит развитие субъекта, и формируется новая ведущая деятельность, определяющая следующий этап возрастного развития.

Деятельность человека – это весьма сложное и многообразное явление (рис. 1). В осуществлении деятельности задействованы все компоненты иерархической структуры человека: физиологический, психический и социальный.



**Рис. 1**

Рассмотрим кратко основные элементы структуры деятельности.

**Мотивы** - это внутренние побудительные силы человека, заставляющие его заниматься той или другой деятельностью.

**Способы и приемы** — это действия, предпринимаемые человеком, чтобы достичь целей деятельности. Способы и приемы достижения результатов в деятельности могут состоять из одной или нескольких операций.

**Цели** — это самые важные для человека предметы, явления, задачи и объекты, достижение и обладание которыми составляют существо его деятельности. Цель выступает в образе результата деятельности. Цели могут быть близкими и дальними, личными и общественными в зависимости от того, какую значимость им придает человек и какую роль в общественной жизни играет его деятельность.

**Результат** — это то, чего достигает человек входе деятельности. Результаты могут не совпадать с целями деятельности. Человек (люди) оценивают результаты своей деятельности, а через них — и его самого, а также значимость его деятельности.

Исследования психологов (Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, П.Я. Гальперина и др.) показали, что умственные действия формируются вначале как внешние, предметные, и постепенно переносятся во внутренний план. Перевод внешнего действия во внутренний план называется **интериоризацией**.

Рассмотрим это кратко на примере. Ребенок учится считать. Вначале он считает палочки. Затем наступает время, когда палочки становятся ненужными, так как счет превращается в умственное действие, абстрагированное от самих предметов и внешнего действия. Объектом оперирования становятся слова или числа. Постепенно ребенок накапливает умственные действия, которые в совокупности составляют умственную деятельность. Овладение умственной деятельностью приводит к тому, что прежде чем приступить к внешней деятельности, направленной на достижение желаемой цели, человек проделывает действие в уме, оперируя образами и речевыми символами. Внешняя деятельность в этом случае готовится и протекает на основе выполненной умственной деятельности. Реализация умственного действия вовне, в виде действий с предметами, называется **экстериоризацией**.

## Психология профессиональной деятельности

Психология профессиональной деятельности связана с вопросами профориентации, профотбора, профессиональной подготовки и психологической готовности к труду. Общество заинтересовано в высоких актуальных и потенциальных возможностях субъекта труда и через государственные институты (административные, экономические, идеологические, образовательные, здравоохранительные) обеспечивает (должно обеспечивать) все необходимые для этого условия. В процессе воспитания человека должны формироваться потребности и направленность на общественно полезную трудовую деятельность и профессиональную самореализацию. Решение профориентационных проблем обусловлено социальным заказом, который отражает потребность общества в специалистах определенного профиля. В соответствии с этим в обществе организуется профессиональное просвещение и профессиональное образование.

Однако профориентация как социальное регулирование профессиональной направленности может быть эффективной только при учете интересов и индивидуально-психологических качеств каждого человека. Выбор профессии – это важнейший выбор, определяющий жизненный путь личности. Профессия должна отвечать ее интересам, но выбор должен быть обоснован и тем, насколько она по своим индивидуально-психологическим качествам отвечает требованиям профессии.

Специфической стороной данной проблемы является необходимость системного подхода к ней. При выборе профессии в ходе профессионального обучения и становления, построения карьеры и достижения профессиональных успехов на человека воздействуют две группы факторов: объективные и субъективные.

* + Объективные – специальные знания, умения, навыки, профессионально значимые качества, полученные в процессе обучения.
	+ Субъективные – задатки и способности, мотивация, индивидуально-психологические свойства и особенности человека.

В определении профессиональной пригодности отражается взаимодействие профессиональных требований и субъективных психологических особенностей человека. Поэтому решение профориентационной проблемы и особенно ее психологической составляющей является наиважнейшим социальным делом как утверждение гуманистической направленности развития и здоровья общества.

Направленность человека на определенный вид профессиональной деятельности является условием успешного формирования внутренних средств деятельности: знаний, умений и навыков. Для этого в процессе обучения используются различные формы и методы теоретических и практических занятий. Наиболее типична и обоснованна – такая структура процесса профессиональной подготовки, в которой обучение начинается с изучения общих проблем, относящихся к дисциплинам специальности и к обеспечивающим дисциплинам. Примерно к середине срока обучения общие дисциплины почти полностью сменяются специальными, в которых к концу срока обучения превалируют практические занятия по выработке необходимых в данной деятельности умений и навыков. Все это находит свое отражение в системе психической регуляции целенаправленного поведения человека как формирование «специализированного» психического образа – субъективной модели деятельности. Осуществляется непрерывное накопление индивидуального и общественного опыта и форм его реализации. В процессе подготовки, а затем и в процессе самой работы происходит конкретизация субъективной модели деятельности к определенному объекту труда в определенной форме ее организации. В результате этого развиваются как отдельные функциональные системы человека, так и его психологические свойства, формируется профессиональное мышление специалиста, складывается тип личности с определенными ценностными ориентациями, особенностями поведения, общения, определяющими профессиональную пригодность и психологическое соответствие профессии.

Успешное овладение большинством профессий возможно для всех здоровых людей. Психологические рекомендации по выбору профессии, разрабатываемые специалистами-психологами на основе психодиагностических исследований, направлены на выявление специальных способностей или отдельных наиболее развитых индивидуально-психологических качеств. Это дает возможность наилучшего согласования в системе «требования профессии – субъект труда». Некоторые профессии отличаются чрезвычайно высоким уровнем ответственности, сложности, наличием экстремальных факторов и условий, и поэтому они предъявляют более строгие требования к определению профессиональной пригодности.

В практической психологии и педагогике существуют многообразные виды классификации профессий. В настоящее время наиболее популярной и распространенной является классификация, разработанная Е.А.Климовым, основанная на определенных пяти объектах профессиональной деятельности человека: природа (биологические объекты), техника (машины, механизмы, энергия), человек, знаковая система (информационные системы, формулы), художественный образ. Соответственно этому выделяются пять типов профессий:

* + «человек – природа»;
	+ «человек – техника»;
	+ «человек – человек»;
	+ «человек – знаковая система»;
	+ «человек – художественный образ».

В их описание включена характеристика основных психологических требований профессии к человеку. Психологическое изучение конкретных видов трудовой деятельности называется профессиографией, описание – *профессиограммой*. Она включает в себя совокупность социально-экономических, производственно-технических, санитарно-гигиенических и психологических характеристик профессии. *Психограмма* (часть профессиограммы) – это характеристика требований, предъявляемых профессией, к психике человека. Психограмма представляет своеобразную психологическую модель отдельного вида профессиональной деятельности. Описание профессионально значимых качеств включает выделение общих и специальных особенностей и личностные характеристики (эмоциональные, коммуникативные, креативные, волевые и др.).

Все многообразие психики проявляется в трудовой деятельности человека, при этом характер ее проявления имеет свои специфические особенности. Обязательным компонентом любого труда является мышление, и оно становится важнейшим признаком в профессиях, связанных с быстрой оценкой ситуации и принятием определенного решения.

Значительная роль среди профессионально необходимых и востребованных качеств личности принадлежит в настоящее время таким чертам, как целеустремленность, уверенность, инициативность, решительность, ответственность, самостоятельность, независимость, предприимчивость. Особое место в психологической характеристике профессии занимает оценка эмоционально-волевой стороны работника. Целый ряд профессий предъявляет особые требования к сформированности умения управлять собой, эмоциональной уравновешенности и стрессоустойчивости специалиста. Примером может служить фрагмент психограммы менеджера:

1. Общительность, умение общаться, взаимодействовать с людьми.
2. Доминантность – умение влиять на подчиненных.
3. Уверенность в себе, умение планировать свою работу.
4. Независимость, самостоятельность в принятии решений.
5. Гибкость, оригинальность мышления, практический интеллект.
6. Изобретательность и способность к инновациям.
7. Ответственность и надежность в выполнении заданий.
8. Предприимчивость, способность пойти на разумный риск.
9. Эмоциональная уравновешенность и стрессоустойчивость.

Для успешной профессиональной деятельности важно сочетание психологических качеств человека и возможностей их развития, коррекции, компенсации в процессе обучения и последующей практики. Правильный выбор профессии и интерес к делу, обеспечивающие положительные мотивацию и эмоции, создают основу для раскрытия и развития задатков человека, реализации способностей в творчестве. Профессиональная пригодность и становление человека как субъекта труда относятся ко всему трудовому периоду жизни работника. И чем «психологичнее» этот процесс, тем более он определяет профессиональный успех и самореализацию личности.